

## **РОЛЬ НЕПРЕРЫВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В ПРОФИЛАКТИКЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПЕДАГОГОВ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

### **THE ROLE OF THE NERVOUS EDUCATION IN THE PREVENTION OF EMOTIONAL BURNOUT OF TEACHERS OF PRESCHOOL EDUCATIONAL ORGANIZATIONS**

**Аннотация.** В статье изложены результаты проведенного психологического исследования эмоционального выгорания педагогов, которое препятствует их эффективной работе. Определена роль непрерывного образования как одного из направлений профилактики эмоционального выгорания педагогов образовательных организаций.

**Abstract.** The article presents the results of a psychological study of emotional burnout of teachers, which prevents the effective work of teachers. The study of emotional burnout will allow in a certain way to minimize its severity among teachers of educational organizations. The role of continuous education as one of the directions of prevention of emotional burnout of teachers of educational organizations is defined.

**Ключевые слова:** непрерывное образование, синдром эмоционального выгорания, педагогическая деятельность, дошкольная образовательная организация.

**Keywords:** continuing education, burnout syndrome, pedagogical activity, preschool educational organization.

Профессиональная деятельность неминуемо протекает с преобразованиями в структуре личности педагога, так как с одной стороны, совершается эскалация и усиленное развитие качеств и свойств, которые содействуют эффективному осуществлению деятельности, а с другой видоизменение и даже разрушение компонентов, участвующих в этом процессе.

Повышающаяся интенсивность и напряженность профессиональной жизни проявляются на психологическом уровне в возникновении негативных эмоциональных переживаний, стрессовых реакций вызовут эмоциональное истощение, ослабление профессиональных достижений, которые формируют синдром эмоционального выгорания.

К основным критериям эффективности работы педагога можно отнести: активность, удовлетворенность трудовой деятельностью, положительным эмоциональным фоном.

Достижение указанных критериев возможно при условии проведения комплексной профилактики эмоционального выгорания педагогов любого типа образовательной организации. Следовательно, разработка и реализация программы профилактики эмоционального выгорания педагогов может рассматриваться как одно из направлений работы дошкольной образовательной организацией.

Проблематика исследования эмоционального выгорания педагогов дошкольной образовательной организации достаточно ограничено представлена в современной науке. В связи с недостатком данных, ценность новых исследований эмоционального выгорания велика в силу высокой востребованности научных представлений об этом феномене.

В работах Н. Е. Водопьяновой, А. Б. Серебряковой, Е. С. Старченковой, Н. В. Самоукиной изучены внешние детерминанты выгорания, которые обусловлены организационным контекстом.

Отечественные психологи В. В. Бойко, А. К. Маркова, А. А. Реан и другие описывают выгорание как функциональный стереотип, который позволяет бережно расходовать энергетические ресурсы.

Актуальность исследования объясняется с одной стороны, острой востребованностью в современных условиях эффективных психотехнологий работы с педагогами, а с другой необходимостью психологического сопровождения образовательного процесса, которое направлено на обеспечение комфортного психоэмоционального состояния педагогов.

Цель работы: проведение сравнительного анализа по стажу работы у педагогов дошкольной образовательной организаций в проявлениях эмоционального выгорания.

Для реализации поставленной цели применялись следующие методики: методика «Диагностика уровня эмоционального выгорания» (В. В. Бойко в модификации Е. П. Ильина) [3]; методика диагностики профессионального выгорания (К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н. Е. Водопьяновой) [8] на выборке 40 педагогов дошкольной образовательной организации, из которых педагоги с разным стажем работы до 10 лет – 25 человек, стаж работы более 10 лет – 15 человек.

Выборка была поделена на подвыборки по стажу работы. Общее количество участников исследования составило 40 испытуемых воспитателей, в возрасте 23–62 лет, стаж работы от 1 года до 15 лет. На основании периодизации профессионального развития Э. Ф. Зеера были выделены следующие группы: 1 группа педагогов со стажем работы до 10 лет (стадия первичной профессионализации – далее 1 группа); 2 группа педагогов со стажем работы более 10 лет (стадия вторичной профессионализации – далее 2 группа).

В результате сравнительного анализа обнаружены достоверные различия в подвыборках педагогов по стажу работы.

Результаты сравнительного анализа в подвыборках педагогов по стажу работы представлены в таблице.

Таблица

## Результаты сравнительного анализа по стажу работы педагогов

Показатели	U – критерий Манна–Уитни	Уровень значимости	Ранг	
			Педагоги 1 группы	Педагоги 2 группы
Поиск социальной поддержки	106,000	0,022	22,28	17,53
Асоциальные действия	108,000	0,024	17,32	25,80

В результате сравнительного анализа установлено, что педагоги со стажем работы до 10 лет чаще используют стратегию «Поиск социальной поддержки», склоны решать проблемы за счет социальных ресурсов, поиска информационной поддержки, ожидают поддержку, совета, конкретной действенной помощи.

Обнаружены достоверные различия, что педагоги со стажем работы более 10 лет чаще используют стратегию «Асоциальные действия» действуют быстро и решительно, ставят свои интересы превыше всего, демонстрируют свою значимость.

Таким образом, эмоциональное выгорание представляет собой специфическое явление, проявляющееся в нарушении адаптации индивида к условиям и содержанию профессиональной деятельности, а в наиболее крайних формах, к социуму в целом.

Эмоциональное выгорание возникает у профессионала при постоянном влиянии неблагоприятных условий организационной среды и наличии определенных субъективно-личностных предпосылок.

Для минимизации выраженности эмоционального выгорания у педагогов образовательных организаций должна осуществляться своевременная психолого-педагогическая работа по профилактике данного синдрома у работников.

Одним из направлений такой работы может явиться непрерывное профессиональное образование.

Для каждого человека непрерывное образование становится процессом формирования и удовлетворения его познавательных запросов, духовных потребностей, развития задатков и способностей в различных учебных заведениях, с помощью разных видов и форм обучения, а также путем самообразования и самовоспитания.

Основным способом постоянного «погружения» человека в профессию и расширения его профессиональных намерений выступает непрерывное профессиональное образование.

Е. М. Дорожкин, Н. В. Ломовцева считают, что непрерывное профессиональное образование необходимо рассматривать как постоянный процесс обучения [4].

Профессиональное развитие педагога в рамках непрерывного образования может осуществляться как самим педагогом, так и обществом, которое диктует условия и предоставляет возможности для этого. Регуляция этого процесса происходит через нормативные документы, такие как ФГОСы, закон «Об образовании» и др.

Непрерывное образование помогает педагогу поддерживать и повышать свой профессиональный уровень, овладевать различными компетенциями на протяжении всей педагогической деятельности [1].

Непрерывное профессиональное образование является гарантом (своевременно и в достаточном объеме) получения индивидом актуальной, профессионально значимой информации, позволяющей скорректировать его профессиональную систему ценностей таким образом, чтобы она не вошла в противоречие с системой ценностей профессионального сообщества в целом. Постоянное самообразование человека, в свою очередь, позволяет избежать такого противоречия с его личностной системой ценностей.

#### Список литературы

1. *Балева В. В.* Профессиональное развитие педагога в рамках непрерывного образования // Международный журнал социальных и гуманитарных наук. 2016. Т. 2. № 1. С. 58–61.
2. *Борисова М. В.* Психологические детерминанты феномена эмоционального выгорания у педагогов // Вопросы психологии. 2005. № 2. С. 97–104.
3. *Диагностика эмоционального выгорания личности* (В. В. Бойко) / Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. Москва : Институт психотерапии. 2002. 490 с.
4. *Дорожкин Е. М.* К вопросу о непрерывном образовании / Е. М. Дорожкин, Н. В. Ломовцева // Непрерывное образование: теория и практика: материалы международной научно-практической конференции. Екатеринбург. 2018. С. 201–204.
5. *Жданова Н. Е.* Эмоциональное выгорание и стратегии поведения педагогов дошкольной образовательной организации / Н. Е. Жданова, В. В. Янбахтина // Психология сегодня: сборник научных статей 19-й Всероссийской заочн. научно-практической конференции, Екатеринбург, 28 апреля 2017 г. / отв. за вып. Е. В. Лебедева; ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет». Екатеринбург. 2017. С. 97–102.
6. *Зеер Э. Ф.* Психология профессионального развития. Москва : Академия. 2007. 239 с.
7. *Кондратьева О. Г.* Влияние механизмов психологической защиты на уровень сформированности синдрома эмоционального выгорания у педагогов / О. Г. Кондратьева, А. С. Садовникова // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2017. Т. 6. № 1 (18). С. 283–285.
8. *Маслач К.* Выгорание: многомерная перспектива / К. Маслач. Москва: Институт психотерапии. 2014. 419 с.
9. *Пак С. Н.* Основные аспекты синдрома профессионального выгорания педагогов // Современные проблемы науки и образования. 2016. № 6. С. 294.